



Atemabende

Atem und Bewegung auf Grundlage der Middendorf-Methode

Es freut mich, dass nun doch sehr viele an den Atemabenden zusammenkommen. Für Ihre bessere Planung, gebe ich gerne wieder die Termine für das 2. Halbjahr 2026 bekannt. Bis auf ein paar Ausnahmen wird es wieder der erste Donnerstagabend im Monat sein.

Das Stundenthema gebe ich jeweils kurz vorher bekannt. Jede Stunde ist weiterhin einzeln buchbar. Ich bitte um rechtzeitige Anmeldung und freue mich über Ihre Teilnahme! Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Donnerstags von 18:30 – 19:45 Uhr

9. Juli 2026

6. August 2026

10. September 2026

8. Oktober 2026

5. November 2026

3. Dezember 2026

Kosten:

1 Einheit 75 min. € 20,-

Kursleitung und Anmeldung:

Ingrid Feuereis

Kursort:

1140 Wien, Sampogasse 1

akad. Atempädagogin

Beckenboden - Kursleiterin

Erreichbar:

Linie U3, Hütteldorfer Straße

Linie 10 und 49

Tel: 0676/476 36 02

Mail: ingrid@feuereis.at

www.atemzeitraum.at